Portail santé mieux-être



Se protéger des piqûres de moustiques

Les piqûres de moustiques peuvent transmettre différentes maladies aux humains, notamment l'infection par le virus du Nil occidental. Le meilleur moyen de s'en protéger est d'éviter de se faire piquer. Voici quelques mesures que vous pouvez prendre pour réduire les risques de piqûres :

- Portez des vêtements longs de couleur claire pour aller à l'extérieur, surtout durant les périodes où les moustiques sont les plus actifs : pendant la nuit, particulièrement au coucher et au lever du soleil.
- Utilisez un chasse-moustiques lors de vos activités extérieures.
- Installez des moustiquaires en bon état sur les portes et les fenêtres de votre maison, ainsi que sur votre tente et votre abri de camping.
- Cherchez à réduire le nombre de moustiques dans votre environnement.

Utilisez un chasse-moustiques

Mode d'utilisation

- Suivez le mode d'emploi inscrit sur l'étiquette du produit et respectez les périodes d'application indiquées.
- Appliquez le produit en petite quantité, seulement sur les parties du corps non protégées par des vêtements.
- N'appliquez pas le produit sur une peau irritée ou brûlée par le soleil, sur des coupures ou sur des égratignures.
- Si du chasse-moustiques entre en contact avec vos yeux, rincez-les immédiatement avec de l'eau.
- Lorsque vous n'avez plus besoin de protection, lavez-vous la peau à l'eau savonneuse.
- Appliquez de nouveau du chasse-moustiques après être allé dans l'eau, car l'eau enlève le produit de la peau.

Mode d'utilisation chez les enfants

- Limitez le nombre d'applications de chasse-moustiques chez les enfants de 12 ans et moins. N'en appliquez pas près de leurs yeux ou de leur bouche, ni sur leurs mains. Pour prévenir les piqûres à la tête ou au visage, appliquez le chasse-moustiques sur le chapeau ou la casquette de votre enfant.
- Ne laissez pas votre enfant s'appliquer lui-même du chasse-moustiques; appliquez-le pour lui.
- Si vous pensez que votre enfant fait une réaction allergique à un chasse-moustiques, lavez-lui la peau et faites immédiatement appel à un médecin. Apportez le contenant pour que le médecin sache quel produit vous avez utilisé.

Chasse-moustiques et crème solaire

Si vous désirez vous protéger à la fois du soleil et des moustiques :

- Appliquez d'abord une crème solaire et laissez-la pénétrer, de préférence durant 15 minutes, avant d'appliquer un chasse-moustique.
- N'utilisez pas de produits qui servent à la fois de chasse-moustiques et de crème solaire, car une crème solaire doit s'appliquer plus généreusement et plus souvent qu'un chasse-moustiques.

Choisissez le bon chasse-moustiques

Pour une plus grande efficacité, utilisez l'un des chasse-moustiques recommandés par groupe d'âge.

Il existe plusieurs types de chasse-moustiques à base de certains ingrédients actifs. Ce sont ces ingrédients actifs qui éloignent les moustiques.

Il est recommandé d'utiliser un chasse-moustiques à base de DEET. Si vous n'en avez pas, vous pouvez utiliser un produit à base d'icaridine. Sinon, les produits à base d'un ingrédient de l'eucalyptus citron sont aussi recommandés.

Évitez d'utiliser des chasse-moustiques à base d'huile de citronnelle, car leur durée de protection est seulement de 20 à 30 minutes.

Pour savoir quels chasse-moustiques choisir et comment les utiliser de façon sécuritaire, consultez les tableaux d'utilisation des chasse-moustiques.

Utilisation des chasses-moustiques : enfants de 12 ans et moins

Groupe	Type de chasse-moustiques	Durée de la protection	Conseils d'utilisation
Moins de 6 mois	Aucun chasse-moustiques Pour protéger votre bébé, vous pouvez placer une moustiquaire sur son berceau ou sa poussette		
De 6 mois à 2 ans	Produits à base de DEET (étiquetés 10 % ou moins)	3 heures ou moins	• Maximum d'une application par jour • Ne pas appliquer près des yeux ou de la bouche ni sur les mains
	Produits à base d'icaridine (étiquetés 20 % ou moins)	7 heures ou moins	• Ne pas appliquer près des yeux ou de la bouche ni sur les mains
	Produits à base d'un ingrédient de l'eucalyptus citron	2 heures ou moins	• À éviter
De 2 à 12 ans	Produits à base de DEET (étiquetés 10 % ou moins)	3 heures ou moins	• Maximum de 3 applications par jour • Ne pas appliquer près des yeux ou de la bouche ni sur les mains
	Produits à base d'icaridine (étiquetés 20 % ou moins)	7 heures ou moins	• Ne pas appliquer près des yeux ou de la bouche ni sur les mains
	Produits à base d'un ingrédient de l'eucalyptus citron	2 heures ou moins	• Éviter chez les enfants de 3 ans et moins • Maximum de 2 applications par jour • Ne pas appliquer près des yeux ou de la bouche ni sur les mains

Source : Institut national de santé publique du Québec, informations tirées du site Web de Santé Canada.

Utilisation des chasse-moustiques : personnes de 12 ans et plus

Groupe	Type de chasse-moustiques	Durée de la protection	Conseils d'utilisation
Personnes de 12 ans ou plus Adultes	Produits à base de DEET (étiquetés 30 % ou moins)	6 heures ou moins	• Ne pas appliquer près des yeux ou de la bouche
	Produits à base d'icaridine (étiquetés 20 % ou moins)	7 heures ou moins	• Ne pas appliquer près des yeux ou de la bouche
	Produits à base d'un ingrédient de l'eucalyptus citron	2 heures ou moins	• Maximum de 2 applications par jour • Ne pas appliquer près des yeux ou de la bouche
Femmes enceintes ou qui allaitent	Produits à base de DEET (étiquetés 30 % ou moins)	6 heures ou moins	• Maximum de 2 applications par jour • Ne pas appliquer près des yeux ou de la bouche
	Produits à base d'icaridine (étiquetés 20 % ou moins)	7 heures ou moins	• Maximum de 2 applications par jour • Ne pas appliquer près des yeux ou de la bouche

Source : Institut national de santé publique du Québec, informations tirées du site Web de Santé Canada.

Reconnaître les ingrédients actifs d'un chasse-moustiques

Les noms scientifiques des ingrédients actifs inscrits sur les étiquettes des produits peuvent varier d'un produit à l'autre :

- Le DEET est aussi appelé « N, N-diethyl-m-toluamide ».
- L'icaridine est aussi appelée « picaridine » ou « KBR 3023 ».
- L'eucalyptus citron est aussi appelé « huile d'eucalyptus citronné » ou « p-menthane 3,8-diol » (PMD).

Dernière mise à jour : 07 juin 2013, 14:17

L'information contenue sur le site ne remplace en aucun cas l'avis d'un professionnel de la santé. Si vous avez des questions concernant votre état de santé, appelez Info-Santé 8-1-1 ou consultez un professionnel de la santé.